

一日一笑 (いちにちひとわらい)

～スタッフのレク技術向上と意識改革への取り組み～

施設名： 介護老人保健施設 昴

発表者： 杉山 純子/すぎやま じゅんこ (介護福祉士)

【はじめに】レクリエーション（以下レクとする）とは、排泄、入浴、食事の三大介護と並ぶほど重要なケアの一つである。「レク＝ゲーム」と捉えられていることが多いが、私の考えるレクとは「レク＝楽しむ、遊ぶ」である。生活の中にレクがあり、レクとは特別なものではなく日常生活の中に「レク＝楽しむ、遊ぶ」が多く存在している。利用者、スタッフにとって「今日を一番良い日にする」、「一日一回本気で笑おう」それがレクの存在意義であるとする。「一日一笑」を実践するため、スタッフのレク技術の向上とレクに対する意識改革の取り組みを報告する。

【期間】H. 22年8月～12月

【対象】 昴入所ケアサポーター12名

【方法】 ○最初にスタッフのレクに対するアンケートを実施し、アンケートの結果に基づいて月一回、全四回の勉強会を行った。
○日常のレクの実施状況やマンネリ化しないようにレク日誌とスタッフの考えたレク集を作成し常備した。
○2名で行っていたレクを3～4名に増やし、利用者へのケアの充実を図った。
○レクの進行の仕方や盛り上げ方の指導を行った。

【結果】 スタッフにアンケートを実施
○レクに対する意識が変わった。
○盛り上げ方、進行の仕方がよく分かり、実践できるようになった。

○レクをケアの一つとして考えられるようになった。

○日誌を書くことでマンネリ化を防げ、反省点なども分かった。

○自分のやり方を見直して、改善点を見つけることができた。

○勉強会では理解できたが、実際にするとうまくいかない。

○苦手ではあるが努力していきたい。

○スタッフの人数が業務の関係で集まらない時もあった。

○利用者の反応もよくなり、笑顔が増えた。などの感想、意見が聞かれた。

【まとめ】ゲームの進行や盛り上げ方などはスタッフそれぞれ得手不得手がある。しかし、「盛り上がらなかったらどうしよう」とか「本当に楽しんでくれているのだろうか」と考える前に、まずは自分自身が「利用者と一緒に楽しもう、遊ぼう」という気持ちを持つことが大事であるとする。自分が楽しくなければそれは相手に伝わり、利用者の生活に影響を及ぼす。今回の演題である「一日一笑」これは利用者に関するものだけではなく、スタッフ自身にも関わるものだと考える。「一日一回は本気で笑おう。」この精神があれば、利用者の毎日は充実し、自分自身の毎日も明るく楽しいものになると確信している。今後も「一日一笑」をモットーに「遊び、楽しみ、笑い」を提供していき、利用者とともに楽しんでいきたい。